

Quality Of Life

QoL

ضریب سالمندی

نشان دهنده ساختار سنی هر جامعه

تعداد افراد ۶۵ سال به بالا تقسیم بر تعداد افراد ۰ تا ۱۴ سال
ضرب در صد

این شاخص بستگی به نرخ موالید و تعداد کودکان دارد

پایین ترین ضریب سالمندی : سال ۱۳۸۵ - سیستان و بلوچستان
(۵ درصد)

بالاترین ضریب سالمندی : سال ۱۳۸۵ - گیلان ۱۱.۵ درصد

AGEISM

- ◎ What are some Stereotypic characteristics of the elderly that you have heard? Or believe?

Dependent ?

Frail ?

Poor ?

Lonely ?

Unreliable d/t memory loss ?

Rigid; narrow-minded ?

Unable to learn ?

۱۰ عامل اول مرگ در سنین بالای ۶۵

TABLE 1-1

Top Causes of Death for People Age 65 and Over

Cause of Death	65 and Older		65-74		75-84		85 and Older	
	Percent All Deaths	Rank	Percent All Deaths	Rank	Percent All Deaths	Rank	Percent All Deaths	Rank
Heart disease	31.8	1	26.6	2	30.2	1	36.7	1
Cancer	21.6	2	34.2	1	23.6	2	11.6	2
Stroke	7.9	3	5.2	4	7.8	3	9.8	3
Chronic lower respiratory diseases	6.0	4	7.0	3	7.0	4	4.3	6
Influenza and pneumonia	3.2	5	1.6	8	2.8	7	4.7	5
Alzheimer's disease	3.2	6	not in top 10		2.8	6	5.1	4
Diabetes	3.0	7	4.0	5	3.3	5	2.2	7
Nephritis, nephrotic syndrome, and nephrosis	1.9	8	1.7	7	2.0	8	1.9	8
Accidents	1.9	9	1.9	6	1.8	9	1.9	9
Septicemia	1.5	10	1.5	9	1.6	10	1.4	10

Source: Gorina Y., Hoyert D., Lentzner H., & Goulding M., 2006.

- **Socrates:** QoL should be studied from the perspective of the individual
- It is not only important to add **years** to life but also to add **life** to years
- QoL should address only the most relevant and salient aspects of life

Healthy People 2010 Goals

- ⦿ **Increase quality and years of life**
- ⦿ **Eliminate health disparities**

Definition of QoL

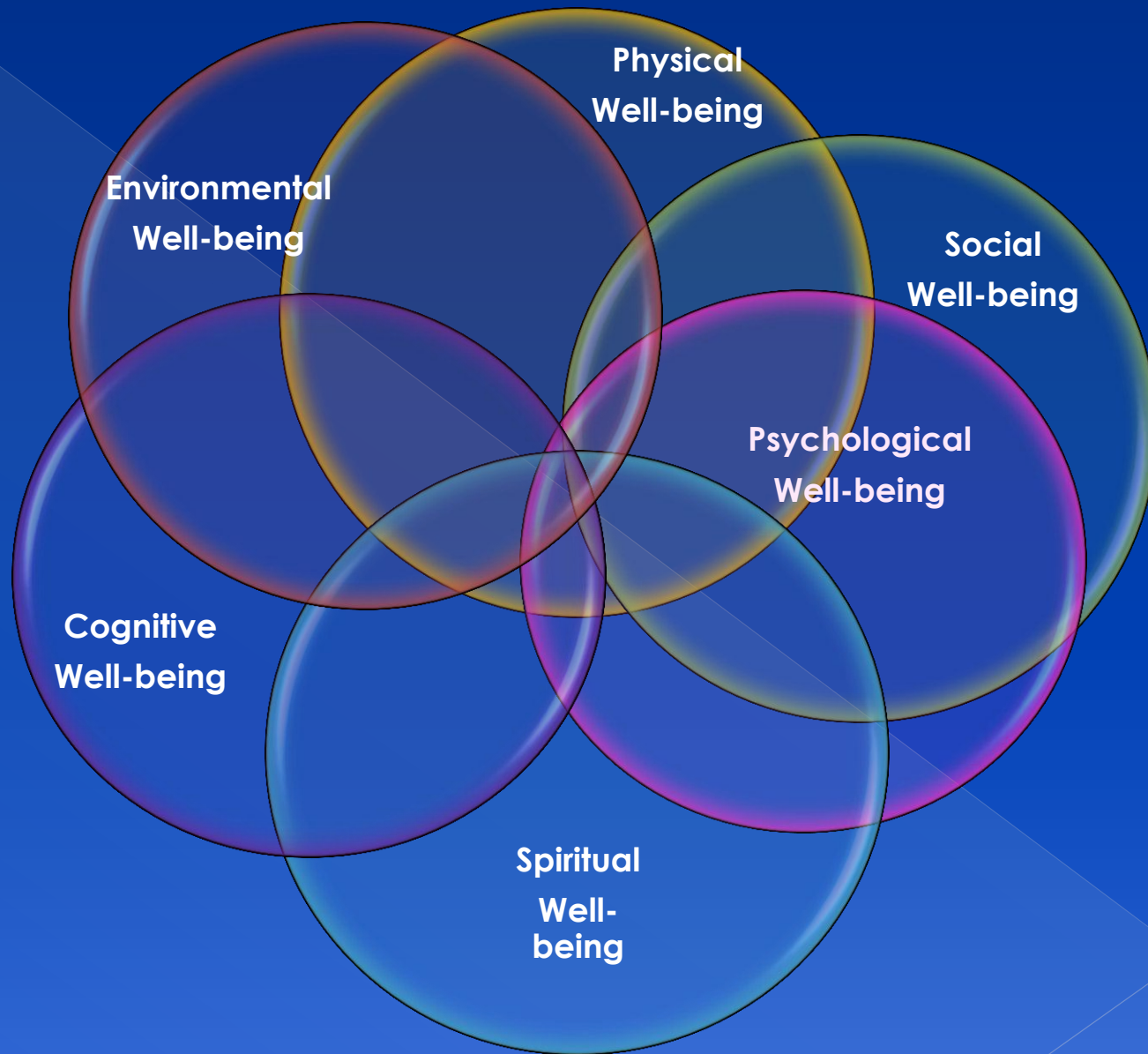
- ادراکات یک شخص از موقعیتی که در زندگی در زمینه سیستمهای ارزشی و فرهنگی که در آن زندگی می کند و در ارتباط با اهداف، انتظارات، استانداردها و نگرانی های اوست.
- An individual's perceptions of their position in life in the context of the culture and value systems in which they live and in relation to their goals, expectations, standards and concern

Domains of QOL

QoL is a multidimensional concept:

- ⦿ **Physical,**
- ⦿ **Psychological,**
- ⦿ **Social,**
- ⦿ **Environmental,**
- ⦿ **Spiritual,**
- ⦿ **Cognitive,**

Integrated model of quality of life



An older person's quality of life is profoundly impacted by where a person lives and the quality of care they receive

Healthy food choices *positively* influence the quality of life of older adults



Current measures

- ◉ **WHOQOL-100 (1995)**
- ◉ **Importance Questions (1995)**
- ◉ **WHOQOL-BREF (1998). Translated into 40 languages**
- ◉ **Spirituality-Religiousness- Personal Beliefs module (2003)**
- ◉ **HIV/AIDS module (2002)**
- ◉ **WHO- OLD module (2005)**
- ◉ **Attitudes to Ageing (2005)**

Health-Related Quality of Life

Quality of life is variable and **Subjective**

Health-related quality of life has multiple dimensions:

- Absence of distressing physical symptoms (eg, pain, dyspnea, nausea, constipation)
- Emotional well-being (eg, happiness, absence of anxiety)

Health-Related Quality of Life

- Functional status (eg, capacity to do activities of daily living and higher-order functions, such as pleasurable activities)
- Quality of close interpersonal relationships (eg, with family members)
- Participation in and enjoyment of social activities
- Satisfaction with medical and financial aspects of treatments
- Sexuality, body image, and intimacy



Assignment

□ Provide some health related QoL instruments

Other factors influence quality of life

- Institutionalization,
- Reduced life expectancy,
- Cognitive impairment,
- Disability,
- Chronic pain,
- Social isolation,
- Functional status
- Nature and quality of close relationships,
- Cultural influences,
- Religion,
- Personal values,
- Previous experiences with health care



Opportunities to Improve Older Adults' Health and Quality of Life

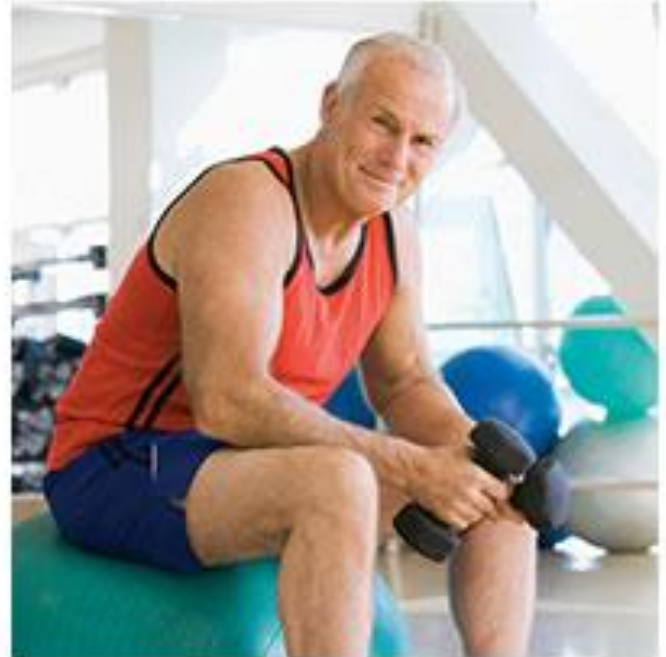
- **Healthy lifestyles**
- **Early disease detection**
- **Immunization**
- **Injury prevention**
- **Self-management techniques**

Healthy Aging Take-Aways

- Eat a variety of healthy foods
- Move your body more
- Challenge your mind



Active Ageing is the process of optimizing opportunities for health, participation, and security in order to enhance *quality of life* as people age





تغذیه مناسب فعالیت کافی

قرار گرفتن در معرض نور خورشید به میزان کافی



Persian-Star.org



- Promoting the broader use of *preventive services* by older adults is a key public health strategy

Nurses Can Improve QoL Using the Three Levels of Prevention

- **Primary**
 - Health promotion
- **Secondary**
 - Early diagnosis and prompt treatment
- **Tertiary**
 - Restoration and rehabilitation

توانمندسازی سالمندان

طرح توانمندسازی سالمندان به منظور

▶ آموزش شیوه زندگی سالم در تمامی ابعاد

▶ سازگاری سالمند با دوران سالمندی

▶ دستیابی سالمند به یک زندگی سالم و موفق

اجرا می گردد.

اهداف طرح توانمندسازی سالمندان

اهداف کلی:

- آگاه سازی جامعه و خانواده ها نسبت به مسائل سالمندان
- **ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان**
- داشتن سالمندان توانا ، سالم و فعال
- بالا بردن سطح آگاهی های سالمندان
- برخورداری افراد سالمند از یک زندگی سالم
- اجرای برنامه های توانبخشی، آموزشی و فرهنگی بر اساس شاخصهای زندگی سالم

اهداف اختصاصی

- ارائه خدمات توانبخشی مورد نیاز به سالمندان
- آموزش شیوه زندگی سالم به سالمندان
- مشارکت سالمندان در برنامه های اجتماعی
- نهادینه کردن فعالیت های ورزشی و تفریحی برای سالمندان
- استفاده بهینه سالمندان از اوقات فراغت و ارائه برنامه های فرهنگی و هنری به سالمندان
- ارائه خدمات حمایتی به سالمندان

**THANKS
FOR YOUR
ATTENTION**